

## บทคัดย่อ

การศึกษาเชิงสำรวจความชุกและปัจจัยที่สัมพันธ์กับปัญหาการกลั้นปัสสาวะในสตรีไทย โดยนักกายภาพบำบัด และนักศึกษากายภาพบำบัด ใช้แบบประเมินสัมภาษณ์ พบว่า ปัญหาการกลั้นปัสสาวะระดับใดระดับหนึ่ง ในสตรีไทยวัยเจริญพันธุ์ อายุมากกว่า 20 ปี สามารถพบได้ทั่วไป 45.4%, วัย 20-24 ปี มีปัญหา 40.8%, ในวัยหมดประจำเดือน 48.19% ปัจจัยที่สัมพันธ์กับปัญหานี้คือ ขนาดรูปร่าง ประวัติการคลอด ความเจ็บป่วย การผ่าตัดช่องท้อง การได้รับสารกระตุ้นบางประเภท ก็มีส่วนทำให้เกิดปัญหาการกลั้นปัสสาวะ การเพิ่มแรงดันในช่องท้อง เป็นผลให้เกิดอาการกลั้นปัสสาวะไม่อยู่ 47.3% การศึกษาครั้งนี้พบปัญหาเกิดขึ้นทั่วไปไม่ได้ขึ้นกับความถี่ของการขับปัสสาวะ นอกจากนี้พบว่า 41.3% ไม่เคยทราบเกี่ยวกับการบริหารอุ้งเชิงกราน เมื่อสอนการบริหารอุ้งเชิงกรานมีความเข้าใจ เป็นความรู้ใหม่ 41.4% เข้าใจมากขึ้น 49.1% ยังไม่เข้าใจ 9.5% พบว่ามีความพอใจมาก 65.3% พอใจปานกลาง 32.8% และพอใจน้อย 1.9%.

The survey study of the prevalence and factors associated with urinary incontinence in Thai women was done by well trained physical therapists and students. The women over 20 years were interviewed with the evaluation forms by accidental randomized selected. The incontinence was distributed in all age interval 45.4%, 40.8% in women aged 20-24 years and 48.19% in women over 45 years. The factors associated with incontinence were obesity, history of labor, diseases, abdominal surgery including some stimulus factors (coffee, tea, alcohol, coke and smoking). The stress incontinence was found 47.3% by cough, sneeze, laugh, jumping and lifting. Moreover 41.3% was not known about pelvic floor exercises. After being taught pelvic floor exercises 41.4% and 49.1% was gained this new knowledge and more understanding of pelvic floor exercises. They also presented 65.3% good satisfied, 32.8% moderate and 1.9% less satisfied in this exercises.